யோகாசன ஆலய விஜயம்

மலர் 31 | காளயுக்தி ஆண்டு ஐப்பசித் திங்கள் October—1978 | இதழ் 10

சேவிக்கு மந்திரஞ் செல்லுந் திசைபெற
ஆவிக்குள் மந்திரம் ஆதார மாவன
பூவுக்குள் மந்திரம் போக்கற நோக்கிடில்
ஆவிக்குள் மந்திரம் அங்குச மாமே.

அவரவர் ஓதுகின்ற மந்திரம் எவ்விடத்தும் எக்காலத்தும் ஓதப்பெறும். அம் மந்திரத்துக்கு உயிரினைப்போன்று நிற்பது நிலைக்களமாகிய ஆதாரங்கள் ஆறுக்கும் உரியதாகும். நெஞ்சத்தாமரைக்குள் நிலைபெறும் மந்திரம் எது என்று குற்றமற ஆராய்ந்தால் உயிருக்குயிராகிய திருவைந்தெழுத்தாகும் அவை தொண்டர்களின் பகையானைகளாகிய ஐம்பொறிகளையும் அடக்கும் அங்குசமாகும்.

—திருமூலர்.

சந்தா விபரம்	உள்நாடு	சிலோன்	வெளிநாடு (கப்பல்)	விமானம்
ஆண்டு சந்தா	ரூ. 4—00	ரூ. 6—00	ரூ. 15—00	ரூ. 30—00
ஆயுள் சந்தா	ரூ. 50—00	ரூ. 80—00	ரூ. 150—00	ரூ. 300—00
தனிப்பிரதி	40 காசு	50 காசு	ரூ. 1—25	ரூ. 2—00

பொன் மொழிகள்

பெறுதற்கரிய இம்மானிடப் பிறவியைப் பெற்றவன் இப் பிறவியிலேயே ஈசுவரனை அறிய முயலாது போனால் வீணில் பிறந்தவனே யாவன்.

ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர்.

என்னுடைய மதத்துக்கு பூகோள வரையறை கிடையாது. அதனிடம் எனக்கு நம்பிக்கை இருக்கும் என்றால், அது இந்தியாவின் மீதுள்ள என் அன்பையும்கூடத் தாண்டி அப்பால் நிற்கும். இந்தியாவுக்குப் பணிபுரிய என் வாழ்க்கை அர்ப்பணம் செய்யப்பட்டிருக்கிறது.

மகாத்மா காந்தியடிகள்.

உயர்திரு கோ. மு. சுவாமி அவர்கள் பொன்மொழி

சரணாகதி அல்லது தன்முனைப்பற்றிருப்பவர்கள், சூட்சும உணர்வுக்கும் சூட்சும பிரணவத்திற்கும் தொடர்பு கொண்டிருப்பர். அவர்களுக்கே ஞானம் உண்டாகும்.

திருமதி, சாவித்திரி செல்வராஜன்.

பௌர்ணமி வகுப்பு

14—11—78 சனிக்கிழமை இரவு 7 மணிக்குக் கீழ்க்காணும் இடங்களில் வகுப்பு நடைபெறும்;

1. யோகாசன ஆலயம், 7 வன்னியர் முதல் தெரு, சூளை மேடு சென்னை 600094.
2. அருள்மிகு மன்னார்சாமி கோவில், மன்னார்சாமி கோவில் தெரு இராயபுரம், சென்னை 600013.
3. சுந்தரவிநாயகர் கோவில் சின்ன நத்தம், செங்கல்பட்டு.
4. திரு. தேவராஜ் இல்லம், 17, வள்ளுவன் தெரு, புரசைவாக்கம் சென்னை-600 084.

வேள்விப் பயிற்சி வகுப்பு

12—11—78 சூளைமேடு மேற்படி யோகாசன ஆலயத்திலும்,

19—11—78 செங்கல்பட்டு, பெரிய நத்தம், பெரிய ரத்தினத் தெரு, எண் 3, இல்லத்திலும்,

26—11—78 புரசைவாக்கம் வெள்ளாளத் தெரு (ஸ்டுடியோ சோமனாத்) எண் 5லும் காலை 10 மணிக்கு வேள்விப் பயிற்சி நடைபெறும். மேற்படி நிகழ்ச்சிகளில் அன்பர்கள் யாவரும் கலந்துகொண்டு பயன் பெறுக!

மகளிர் யோகாசனப் பயிற்சி வகுப்பு

பிரதி சனிக்கிழமை மாலை 5 மணிக்கு சென்னை வண்ணையம்பதி, லாயர் சின்னத்தம்பி முதலி தெரு, எண் 17, இல்லத்தில் மகளிர்க்கு யோகாசனப் பயிற்சி அளிக்கப்படுகிறது. மகளிர் யாவரும் இந் நல்வாய்ப்பினைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளவும்.

S. இராஜம்மாள்,
செயலாளர்.

மகரிஷி தாயுமானவர்

ஆசையெனும்

திரு. கோ. மு. சுவாமி அவர்கள்

நிகழ்த்திய உரை விளக்கம்.

கொடுக்கின் றோர்கள்பாற் குறைவையா
    தியானெனுங் குதர்க்கம்
விடுக்கின் றோர்கள்பாற் பிரிகிலா
    துள்ளன்பு விடாதே
அடுக்கின் றோர்களுக் கிரங்கிடும்;
    தண்டமி ழலங்கல்
தொடுக்கின் றோர்களைச் சோதியா
    ததுபரஞ் சோதி.

பதவுரை

தண் - தண்ணிய, தமிழ் - தமிழ் மொழிகளாலாகிய, அலங்கல் - மாலைகளை, தொடுக்கின்றோர்களை - தொகுத்துச் சாத்துகின்ற அடியார்களை, சோதியாதது - சோதனை செய்யாததாகிய, பரஞ்சோதி - பரஞ்சுடரானது, கொடுக்கின்றோர்கள்பால் – கொடையாளரிடத்து, குறைவையாது - குற்றம் பாராட்டாது, யான் என்னும் - யான் என்கின்ற, குதர்க்கம் - குதர்க்கத்தினை, விடுக்கின்றோர்கள்பால் - விடுப்பவரிடத்து, பிரிகிலாது - நீங்கியிராது, உள் அன்பு - மனத்தினிடத்து அன்பு, விடாது - நீங்காமல், அடுக்கின்றோர்களுக்கு - அடுப்பவர்கட்கு, இரங்கிடும் - இரங்கியருளும், என்க.

கருத்துரை

தமிழ்ப் பாமாலை தொடுத்துச் சாத்துகின்றவர்களைச் சோதிக்காமல் அருள்புரியும் பரஞ்சுடராகிய பரம்பொருள், கொடைவள்ளல்களிடத்து குறைவையாமலும், யான் எனும் செருக்கற்றவரிடத்தினின்று நீங்காமலும், உள்ளத்தே அன்பு அகலாமல் நினைப்போர்க்கு இரக்கங்காட்டியும் அருளும் என்பதாம்,

விரிவுரை

தாயுமான அடிகள் முன் பாடலில், தான் பாடும் சோபனமும், அடியார்களும், அருள் தோற்றமும், மௌன உபதேசத்தால் அடைந்த சுகமும் வாழ்க! வாழ்க! என வாழ்த்தினர். இப்பாடலில், மேலான சோதியாம் பரம்பொருளின் இரங்கும் தன்மையை எடுத்து மொழிகின்றார்.

அங்கு இங்கு எனாதபடி எங்கும் பேரொளியாய்த் திகழும் பரஞ்சோதியை நினைந்து பாடிய பாடலாகும் இது. சான்றோர் பலரும் இறைவனைப் பாமாலையால் அருச்சனை செய்துள்ளனர். அவர்கள் பாடுவதற்கு அடியெடுத்துக் கொடுத்தருளியவன் இறைவனேயாவன். மெய்கண்ட தேவருக்கு சிவஞான போதம் இயற்றும்படி "கல்லாலினிழன்மலை" எனவும், அருணகிரி நாதருக்குத் திருப்புகழ் இயற்றுமாறு "முத்தைத்தரு பத்தித் திருநகை" என்றும், கச்சியப்ப சிவாச்சாரியாருக்குக் கந்த புராணம் இயற்றும்படி "திகடச் சக்கரச் செம்முகம் ஐந்துளான்" எனவும், சேக்கிழார் நாயனருக்குப் பெரிய புராணம் இயற்றுவதற்கு "உலகெலாம் உணர்ந்து ஓதற்கரியவன்" என்றும் இன்னும் அடியார் பலருக்கும் இங்ஙனம் அடியெடுத்துக் கொடுத்தும் அதனைப் பாடக் கேட்டும் இன்புற்று மகிழ்ந்திருக்கின்றான்.

தாயுமான அடிகளார் கூறுவதாவது; அடியேன் அழுது அழுது பேய்போல கருத்தில் எழுகின்றவெல்லாம் என்னுடைய அறியாமை, அறிவு எனும் இருதிறத்தால் யான் பாடிய என் தமிழ்ப் பாடலுக்கு தமிழில் வல்ல அறிஞர்கள் குற்றம் பாராட்டாது, பாடியவன் யாவன்? என்று கேட்க, சித்தி முத்திகளில் தேர்ந்த சித்தர் பெருமக்களே! 'சிறிது சாந்தகுணமுடையவன்' என்று நீங்கள் சொல்ல அதைக் கேட்டு அடியேன் மகிழ்வெய்தும் நாள் எந்த நாள்? என்கின்றார், ஏன்எனில் ஏனையோருக்குப் போல அடியேனுக்கு அடியெடுத்து கொடுக்கவில்லை என்று "கன்னல் அமுதெனவும்" என்ற பாடலில் வெளிப்படுத்துகின்றார்.

அருட் பாடல் இயற்றுவதென்பது அனைவர்க்கும் பொருந்த வாரா! அவரவர் செய்யும் ஞான சாதனையின்மீது பற்றும், இடைவிடா பயிற்சியும் இருப்பின் தெளிந்த சிந்தையில் இறைவன் உணர்த்த உணர்ந்து பாடுவர். சவிகற்ப சமாதியில் இங்ஙனம் உணர்ந்தவற்றைப் பாடலாக வடித்து வைப்பர். நிர்விகற்ப சமாதியில் நிராசையானதால் ஏதும் இரா! அருட்பிரகாச வள்ளலார் தன் அனுபவத்தில் கண்டவற்றை "அருட்பெருஞ்சோதி அருட்பெருஞ்சோதி தனிப்பெருங் கருணை அருட்பெருஞ்சோதி" எனப் பாடினர்.

பரஞ்சோதி முனிவர் சூக்கும உடலில் ஆகாயமார்க்கமாகச் செல்லும் அருள்திறன் பெற்றவர். சூக்கும உடல் என்பது உறக்கத்தில் கனவு காண்கின்ற உடலாகும்! அதை விழிப்பு (சாக்கிர) நிலையில் உணர்தலே சாதனையாகும். சூக்கும உடல்கொண்டு சென்ற பரஞ்சோதி முனிவர் தஞ்சையில் மூன்று வயதுடைய குழந்தையாயிருந்த மெய்கண்ட தேவரின் பக்குவமறிந்து ஒப்பற்ற உபதேசப் பொருளை அருளினர். அவ்வுபதேசத்தால் வளர்ந்த மெய்கண்டதேவர் பன்னிரண்டே சூத்திரங்கொண்ட அரும் பெரும் பொருள் பொதிந்த "மெய்கண்ட போதம்" எனும் தண் தமிழ்மாலை தொடுத்ததாக அறிகின்றோம்.

இவ்வண்ணம் பாமாலை சூட்டிப் பரமனைத் தொழுதோருள் வைணவச் சமயநெறி நின்று வையத்துள் வாழ்வாங்கு வாழ்பவர் சூடிக் கொடுத்த சுடர்க்கொடியான ஸ்ரீ ஆண்டாள் ஆவார். மார்கழி நோன்பு நோற்க இவர் தொடுத்த பாமாலை "திருப்பாவை" என்பது நாடறிந்ததாகும். இவர் ஸ்ரீவில்லிபுத்தூர் நந்தவனத்தில் குழந்தையாய்க் கிடகக்க் கண்டெடுத்தவர் பெரியாழ்வார் என வழங்கும் விஷ்ணுசித்தர் ஆவார்.

திருவாடிப் பூரத்துச் செகத்துதித்தாள் வாழியே
திருப்பாவை முப்பதும் செப்பினுள் வாழியே
பெரியாழ்வார் பெற்றெடுத்தப் பெண்பிள்ளை வாழியே
பெரும்பூதூர் மாமுனிக்குப் பின்னுனுள் வாழியே
ஒருநூற்று நாற்பத்தொரு மூன்றுரைத்தாள் வாழியே
உயர்அரங்கற் கேகண்ணி உகந்தளித்தாள் வாழியே
மருவாரும் திருமல்லி வளநாடி வாழியே
வண்புதுவை நகர்க்கோதை மலர்ப்பதங்கள் வாழியே

என்ற பாடல் ஆண்டாளின் வரலாற்றுக்குச் சான்று பகர்கின்றது.

வில்லி எனும் வேடன் புதரினின்றும் கண்டெடுத்த திருமேனியைப் பிராணப் பிரதிட்டை செய்து வைத்தமையால் ஸ்ரீவில்லிபுத்தூர் எனப் பெயர் பெற்றதாக அறிகின்றோம், ஆண்டாள், தந்தை பெரியாழ்வாரின் தெய்வீகப் பக்தியினுலேயே வளர்க்கப்பட்டு வந்தாள். கல்வி கேள்விகளில் சிறப்புற்று விளங்கிய ஆண்டாள் தெய்வ பக்தியிலும் சிறுவயது முதற்கொண்டே தலைசிறந்து விளங்கினுள். நாளடைவில் சிறுமி ஆண்டாள் பருவமங்கையானுள். "தந்தை சொல் மிக்க மந்திரமில்லை" என்றவாறு தந்தையுடன் ஒன்றிநின்று இறைபணியிலும் தன்னை ஒப்படைத்தாள். ஸ்ரீவில்லிபுத்தூர் வடபெருங் கோயில் பெருமானுக்குப் பெரியாழ்வார் நாள்தோறும் பூமாலை சாத்தித் தொழுது வந்தார். இது சரியையின்பாற்படும்

பத்திவழி நின்று படிப்படியாக சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் எனும் படிகள் ஏறுவதற்கு ஆன்மா பக்குவப்பட வேண்டும். சிலருக்கு இளமையில் யோகம் கூடுவதெனில்? முன் தவத்தின் பயனேயாகும். இங்ஙனமே படிப்படியாக வளர்த்துக் கொள்வது வளர்பிறையும், தவறி கீழ்நிலைக்கு இறங்குவது தேய்பிறையுமாகும். "பதியேது பசுவேது பாசமேது" என தள்ளிக்கொண்டே சாதனையில் முன்னேறுவது வளர்பிறையாம். இதுவே தன்னை வளர்த்துக்கொள்வதுமாம். வளர்வதென்பது சாதனையின்மூலம் உணர்வைப் பலப்படுத்திக்கொண்டே செல்வது. இந்நிலையடையவே ஞான நூல்களை ஓதுவதும், சத்சங்கங்களில் சேர்ந்திருப்பதும், சாது தரிசனம் பெறுவதுமாகும். இத்தொடர்பு பிறவிதோறும் வளர்ந்து கொண்டே வருகின்றது.

உடல் வேறு; உணர்வு வேறு! உடலுக்குத் தான் பெற்ற பிள்ளை தீ மூட்டுகிறுன். உணர்வுக்குக் குரு தீ மூட்டுகிறுர். பிள்ளை தந்தை சேமித்து வைத்த பொருளின் உரிமைக்காகக் கொள்ளியிடுகின்றுன். ஆனுல் குரு? மாணுக்கரைக் கடைத்தேற்றத் தீ மூட்டுகின்றுர். மாணுக்கர் குருவுக்குக் காணிக்கையாக அளிக்க வேண்டியது தன் மனத்தையே யாகும். சுடலையில் சில சடலங்களுக்குத் தீயிட யாரும் முன் வாராமல் சுடலைக் காவலரையே தீயிடச் செய்வதும் உண்டு.

பட்டினத்தடிகள், தன்னை ஈன்ற அன்னை சுடலையில் சடலமாய்க் கிடக்கக் கண்டு பாமாலையால் தீ மூட்டுகின்றார்!

"அள்ளி யிடுவ தரிசியோ தாய்தலைமேற்
கொள்ளிதனை வைப்பேனோ கூசாமல்—மெள்ள
முகமேல் முகம்வைத்து முத்தாடி என்றன்
மகனே எனஅழைத்த வாய்க்கு"

என்று பாசமிகுதியால் கூறி, "முன்னை இட்டதீ முப்புரத்திலே, பின்னை யிட்டதீ தென்னிலங்கையில், அன்னை யிட்டதீ அடிவயிற்றில் யானும் இட்டதீ மூள்க மூள்கவே" எனறவுடன் தீப்பற்றியதாம்!

உள்ளுக்குள் ஒளிவிடும் பரஞ்சோதியாம் தண்ணருள் தீயை உணர்த்தும் பொருட்டே பகலிலும் விளக்கேற்றிக் காண்பிக்கின்றனர். இவ்வித ஞான நெறிக்கு மூதற்படியாகிய சரியையில் பெரியாழ்வாரின் தொண்டுக்கு உறுதுணை நின்ற ஆண்டாள் நாள்தோறும் வடபெருங் கோயில் பெருமானுக்கு அணிவிக்க மாலை தொடுத்து வந்தாள். மலர் பறித்து மாலை தொடுப்பதிலும் விதிமுறைகள் வகுத்தனர் சான்றோர். "ஆசாரக் கோவை" இதனை விரிவாக எடுத்துரைக்கும்.

"வைகறை உணர்ந்து போந்து புனல்மூழ்கி வாயும்கட்டி
மொய்ம்மலர் நெருங்கு வாச நந்தன வனத்து முன்னிக்
கையினில் தெரிந்து நல்ல கமழ்முகை அலரும் வேலைத்
தெய்வநா யகர்க்குச் சாத்தும் திருப்பள்ளித் தாமம் கொய்து"

என்பது எறிபத்த நாயனார் வரலாற்றில் சிவகாமி யாண்டாரின் சீரிய தொண்டாகும். "புலரும் பொழுதின் முன்னெழுந்து புனிதநீரில் மூழ்கிப்போய் மலர் கொய்து" பெருமானுக்குச் சாத்தியவர் முருக நாயனார் ஆவர். இவ்வளவு பயபக்தியுடன் தூய்மையாகச் செய்ய வேண்டிய தொண்டு நிற்க, உடல் தூய்மை, உள்ளத் தூய்மையின்றி பொருளுக்காகவே விற்கப்படும் மலர் மாலையை விலை கொடுத்து வாங்கிச் சாத்தும் தவிர்க்கவியலாத நிலைமை நகர்வாழ் மக்களின் நரக வேதனையாகும்.

சாதனையாளர்கள் உணர்வு எனும் நார்கொண்டு உபதேசம் எனும் மலர் தொடுத்துக், காணும் பொருளுக்குச் சாத்துவது மிக உயர்ந்த நிலை! இது சமயம் கடந்த நிலையாகும். சிலர் சேவையை மாலையாகவும் சூட்டுவர். இதுவும் நன்னெறியே யாகும்.

கல்லினல் அருச்சனை செய்த சாக்கிய நாயனரும், கை வில்லினல் சிவபெருமான் தலையில் ஓங்கி யடித்த அருச்சுனனும், தமிழ்ச் சொல்லினல் பாமாலை தொடுத்த நால்வர் முதலான பலரும், பச்சிலையால் பூசித்த வியாக்கிரபாதரும் மற்றும் தொண்டர்களனைவரும் நின்னருளைப் பெற்றனரே! இறைவா! அன்பில்லாத யான் என்ன தொண்டு செய்து நின்னை யடையப் பெறுவேன்? எனக் கேட்கின்றார் தாயுமானர்.

ஸ்ரீ ஆண்டாள் பக்குவ நெறி யடைந்தவளாதலால் மாலை தொடுத்த போதும் உணர்வு எனும் பெரும்பதம் தெரிந்தே தொடுத்தாள். இங்ஙனம் ஒவ்வொருவரும் படிப்படியாக உயர்ந்துகொண்டே செல்லுதல் வேண்டும். வயது ஏற ஏற கீழ்வகுப்பு ஒன்றிலேயே தங்கியிருந்தால் உடன் படிக்கும் மாணவர்கள் எள்ளி நகையாடமாட்டார்

களா? பெற்ருேர்தாம் கண்டிக்கமாட்டார்களா? நம்முடைய இந்து தருமத்தில் அனைத்துப் படிகளும் அழகாகச் சொல்லிவைக்கப்பட்டு இருக்கின்றனவே! இதனை அறிவதன்ருே அறிவுடைமை!

உணர்வு எனும் அரிய தத்துவத்தை அறிந்த சான்ருேரனைவரும் பூமாலை தொடுத்ததோடு பாமாலையும் தொடுத்தனர். பாமாலையை இறைவன் செவிகுளிர கேட்டு அருள்புரிகின்ருன். மாலைகள் பல்வேறு வகையிலிருக்கப் பாமாலைக்கே இரங்கி யருள்புரிகின்ருனும் இறைவன்

"தொண்டர் நாதனைத் தூதிடை விடுத்ததும் முதலை
உண்ட பாலனை அழைத்ததும் என்புபெண் உருவாக்
கண்டதும் மறைக்கதவினைத் திறந்ததும் கன்னித்
தண்டமிழ்ச் சொலோ? மறுபுலச் சொற்களோ? சாற்றீர்!

என்பது திருவிளையாடற் புராணச் செய்யுள்,

இங்ஙனமிருக்க கல்வியறிவற்ற யானும் பாடினேன்? என் மாலையை ஏற்று நின்பால் எனக்குள்ள மயக்கத்தைத் தெரிந்து எனை வாவாஎன அழைத்துக் கொள்வாய் ஐயனே! என்று தாயுமான அடிகள் மன முருகப் பாடுகிருர்.

பன்மாலைத் திரளிருக்கத் தமைஉ ணர்ந்தோர்
பாமாலைக் கேநீதான் பட்சம் என்று
நன்மாலை யாயெடுத்துச் சொன்னுர் நலலோர்
நலம்அறிந்து கல்லாத நானும சொன்னேன்
சொன்மாலை மாலையாக் கண்ணீர் சோரத்
தொண்டனேன் எந்நாளும் துதித்து நிற்பேன்
என்மாலை அறிந்திங்கே வாவா எனறே
எனைக்கலப்பாய் திருக்கருணை எம்பி ரானே.

இவ்வண்ணம் பாடிய அடிகளார்க்குத் தன் பாமாலையை இறைவன் ஏற்பாரோ? என ஐயம் ஏற்படடது! ஏன்? ஆளுடை பிளளையார், ஆளுடைய அரசு, ஆளுடைய நமபி ஆகய மூவா பாடிய தேவாரப்பதிகஙகளைக் கேட்டு மகழுநத திருச்செவிகளுக்கு, மூடனுகய யான் புலமபிய சொறகள் ஏறலப் பெறுவனவோ? எனபதாகும். பனமொழிகளிலும் தேர்ந்து வலல அடிகளார் தன்னைக் கல்லாதவன் எனவும் மூடன எனவும தாழ்த்துக் கூறிக்கொள்வது அகந்தையற்ற நிலையை வெளிப்படுத்துகின்றது.

"எப்படிப் பாடினரோ அடியார்?" அப்படிப் பாட நான் ஆசை கொண்டேன" என அடியார்கள் பாடிய பாடலை வியநது கூறுகினருர் கவியோகி சுத்தானந்த பாரதியார். அருட்பிரகாச வளளலார் பன்னீ ராயிரம் பாடல்களைப் பாடினுர்! எனில்? தெய்வ அருள் நிலையேயாம. தமை யுணர்ந்தோரே தலைவனைப் பாடவியலும்! அவையே என்றும் நிலைத்து நிற்கும் அருட்பாடலாகும்.

ஆண்டாள் உள்ளுணர்வோடு பெருமானிடம் அன்பை இணைத்த வாறே நார்கொண்டு மலர்மாலை தொடுததாள். அமமாலையைத் தன கழுத்திலணிந்து கண்ணுடிமுன் நின்று தன்னழகைக் கண்டு தானே நாளதோறும் ரசித்து வந்தாள்! ஏன? இறைவனையே மணாளனுக அடைய வேண்டும் என எண்ணினுள்! மாலையைத் தான் சூடி அழகு

பார்த்த பின்னரே அம் மாலையை வடபெருங் கோயில் பெருமானுக்குத் தந்தை பெரியாழ்வார் மூலம் அனுப்பி வந்தாள்.

ஆம்! நாமும் முதலில் நம் (சீவனுடைய) அழகைக் கண் + நாடியின் மூலமே காணுதல் வேண்டும்! நம்முடைய அழகு நமக்குத் தென்பட்டாலொழிய பரமனுடைய அழகைக் காணவியலா! இவ்வண்ணம் செய்த ஆண்டாளின் செயலை பெரியாழ்வார் அறிந்தாரில்லை. அவர் தூய உள்ளத்தோடு மாலையை அருச்சகர் மூலமாகப் பெருமானுக்கு அணிவித்துப் பேருவகைகொண்டு வந்தார். ஆண்டாளின் பெருமை உலகறிய வேண்டாமா? இறைவன் ஆடல் புரிந்தான்.

வழக்கம்போல அன்றும் பெரியாழ்வார் மாலையைத் தூய உள்ளத்தோடு ஏந்திச் சென்று கோவில் அருச்சகரிடம் கொடுத்துப் பெருமானுக்குச் சாத்தும்போது, அம் மாலையில் மயிர் ஒன்று சிக்கியிருந்ததைக் கண்டு அருச்சகர் பெரிதும் வருந்தினர். அசுத்தப்படுத்தப்பட்ட இம் மாலையை நான் ஆண்டவனுக்கு அணிவிக்கமாட்டேன் என்ருர். ஆழ்வார் பெரும் அதிர்ச்சிக்குள்ளானர். உடனே ஓடிச் சென்று நந்தவனத்துட் புகுந்து விரைவாக பூப்பறித்து மாலை தொடுத்து அன்றைய பூசையை நிறைவு செய்தார். பூசை முடிந்ததும் அருச்சகர் தயக்கத்தோடு கூறினர்; சுவாமி! சில காலமாக தாங்கள் கொண்டு வரும் மாலைகள் அளவுகடந்த மணமுள்ளதாகவும் வாட்டமிக வுள்ளதாகவுமிருந்தன. அதைத் தங்களிடம் வெளியிட அஞ்சி சாத்தி வந்தேன். இன்று, மாலையில் மயிர் சிக்கியிருக்கக் கண்டோம். இதனை ஆய்ந்தறிதல் நன்று என்ருர்.

இன்று நேர்ந்த பெரும் பிழைக்கு என் செய்வேன்? என வருந்திய ஆழ்வார் வீடு திரும்பினர். அன்றிரவு உறங்கவேயில்லை. மாலை தொடுத்தபின் கூடையில் மாட்டிவைத்து நந்தவனத்திற்குப் போகும்போது ஏதோ குற்றம் நேரிடுகிறது! என யூகித்தவராய் மறுநாள் வைகறையில் வழக்கம்போல தூநீராடி நியமத்தோடு சென்று மலர் கொய்துவந்து மாலை தொடுத்தார். பூக்கூடையில் மாலையை வைத்து மாட்டிவிட்டு நந்தவனம் செல்வதுபோல புறப்பட்டு ஒளிந்திருந்து பார்த்தார். அப்பொழுது ஆண்டாள் வழக்கப்படி வந்து கூடையிலுள்ள மாலையை எடுத்துத் தன் கழுத்திலணிந்து கண்ணுடிமுன் நின்று அழகு பார்த்தாள்! செல்வமகளேயானுலும் அச் செய்கையைக் கண்ட விஷ்ணுசித்தர் கோபத்தால் பொங்கி யெழுந்தார். அவரைக் கண்ட நாச்சியார் நடுநடுங்கிப் போனர். மாலையைக் கழற்றி கூடையில் வைத்துவிட்டுக் கண்களில் நீர் ததும்பத் தேம்பி நின்ருர். ஆழ்வார் சாந்தியடைந்து அன்பாகக் கேட்டார்; அம்மா! என்ன காரியஞ் செய்தாய்? எம்பெருமான் திருத்தொண்டில் கனவிலும் தவறு நேரக்கூடாதென்பது நீ அறியாததா? அற்பர்களும் செய்யாத பெருந் தவறை நீ இழைத்துவிட்டாயே! என்று அன்பாகக் கண்டித்து மீண்டும் நந்தவனம் புகுந்தார். மலர் கொய்து மாலை தொடுத்து அன்றைய பூசையை முடித்தார்.

இவ்வாறு மாலை சூட்டி மகிழ பெருவிருப்பங் கொண்ட அருணகிரியார் வருமாறு பகர்கின்ருர்;

ஆசைகூர் பத்த னேன்மனே பத்ம
பானபூ வைத்து நடுவேயன்
பானனூ லிட்டு நாவிலே சித்ர
மாகவே கட்டி யொருஞான

வாசம்வீ சிப்ர காசியா நிற்ப
மாசிலோர் புத்தி யளிபாட
மாக்ருதா புஷ்ப மாலைகோ லப்ர
வாளபா தத்தி லணிவேனே
மூசுகா னத்து மீதுவாழ் முத்த
மூரல்வே டிச்சி தனபார
மூழ்குநீ பப்ர தாபமார் பத்த
மூரிவே ழத்தின் மயில்வாழ்வே
வீசுமீ னப்ப யோதிவாய் விட்டு
வேகவே தித்து வருமாசூர்
வீழமோ திப்ப ராரைநா கத்து
வீரவேல் தொட்ட பெருமாளே

இப்பாடல் உள்முகமாக செய்யப்படும் அதி அற்புதமான ஞான பூசையை உணர்த்துவதாக அமைந்துள்ளது.

ஸ்ரீமந் நாராயணனையே மணாளனாக அடைய வேண்டுமென்று நோன்பிருந்த சூடிக் கொடுத்த நாச்சியாரை, அவர் விரும்பியவாறே பிரம்மன் புரோகிதம் செய்ய பெருமான் கைத்தலம் பற்றி ஆட்கொண்டதாக வரலாறு கூறுகின்றது. ஆண்டாள் பாடிய பாமாலைகளுள் திருப்பாவை தலைசிறந்து விளங்கி நிற்கிறது. அவற்றுள் "அம்பரமே தண்ணீரே" என்று தொடங்கும் பாடலில், "அம்பரம் ஊடறுத்து ஓங்கி உலகளந்த உம்பர் கோமானே உறங்காது எழுந்திராய்" என்ற தொடர், வேதாந்த செறிவு நிறைந்ததாக அமைந்துள்ளது சிந்தனைக்கு விருந்தாகும்! புராணக் கருத்துப்படி, மகாபலிச் சக்கரவர்த்தியின் செருக்கையடக்க வாமன அவதாரமெடுத்து ஓங்கி யுளகளந்த உத்தமனைக் குறிக்கும். வேதாந்தக் கருத்துப்படி வெளிகடந்த ஒளியின் அனுபவமாகும்!

வைணவர் நாராயணன் எனவும், சைவர் சிவன் எனவும் கூறும் பெயர் வேறுபாடு மட்டுமே தவிர இரண்டுக்கும் ஏகாந்த வெளியனுபவமே சாட்சியாகும்.

"வெளியான நீயென் மனவெளி யூடு விரவின்ஐயா
ஒளியாருங் கண்ணும் இரவியும் போல்நின் றுலாவுவன்காண்
அளியாருங் கொன்றைச் சடையாட அம்புலி ஆடக்கங்கைத்
துளியாட மன்றுள் நடமாடும் முக்கட் சுடர்க்கொழுந்தே"

இது தாயுமானவர் கண்ட அனுபவமாகும். அநுபூதிமான்களுக்குக் காட்சியாகவும் ஏனையோர்க்குக் கள்வனாகவும், உயிர்க்கு உயிராக நின்று அனைத்துச் சமயங்களுக்கும் பொதுவாக விளங்கும் பொருளைக், "கண்டார் கண்ட காட்சியும்நீ" எனும் பாடலில் தாயுமானவர் விளக்கமாகக் கூறுகின்றார்.

இவ்வண்ணம் உண்மைப் பொருளின் காட்சியைக் காண்பதற்கு இடைவிடா நீண்ட சாதனை வேண்டும்! சீவன் பிறவி எடுத்த நாள் முதலாக எவ்வளவு காலம் அசத்தாகிய புறநாட்டத்தில் ஈடுபட்டதோ? அவ்வளவு காலம் அகநாட்டத்தில் உள்விழிப் பார்வையிலும் பழகுதல் வேண்டும். அப்போதே மனம் அவரவர் வயப்பட்டு சின்மய ரூபமாவர்! அவர் (சீவன்) அருவருக்கத்தக்க தூல உடலில் குடியிருப்பினும், பேரின்பம் எனப்படும் கடல் வடிவமாவர் என்னும் கருத்து பின்வரும் கைவல்ய நவநீதப் பாடல் விளக்குகிறது.

அசத்தில் எம்மட்டுஉண்(டு) அம்மட்டும் பராமுக மாகினுய்அம்மட்டும்
நிசத்தில் உள்விழிப் பார்வையாய் இப்படி நிரந்தரப் பழக்கத்தால்
வசத்தில் உன்மனம் நின்றுசின் மாத்திர வடிவமா கிடின்மைந்தா
கசத்த தேகத்தில் இருக்கினும் ஆனந்தக் கடல்வடி வாவாயே.

எனவே இவ்வாறு உள்முக நாட்டங்கொண்டோர் தொடுத்த பாமாலேக்குப் பரம்பொருள் மகிழ்ந்து அவர்களேச் சோதனே செய்யாது என்பதைத் தாயுமான அடிகளார் "தண்டமிழ் அலங்கல் தொடுக்கின்ருேர்களேச் சோதியாதது பரஞ்சோதி" என்ருர். அதேபோல ஏற்பவர்க்கு இல்லேயென்னுது வழங்கும் வள்ளல்களுக்கும் குறைவு படுத்தாத இறைவன், யான் எனும் செருக்கு அற்றவரிடத்துப் பிரியாமல் விளங்குகின்ருன்.

"ஆங்காரம் அற்றுன் அறிவான அன்பருக்கே
தூங்காத தூக்கமது தூக்கும் பராபரமே"

என்பதும் தாயுமானப் பெருந்தகையாரே யாவர். மற்றும், உள்ளத்தில் நீங்காத அன்பு வைத்து தன்னே அடுத்து வருபவர்கட்கு இரங்கியும் அருள்புரிகின்ருன் எனும் கருத்தினேச் சுவாமிகள் இப் பாடலின்வழி தெளிவுறுத்துகின்ருர்.

மதுரையில் சுவாமிகளின் அருளுரை;

மதுரை அருள்மிகு மீனுட்சி சுந்தரேசுவரர் கோவில் திருப்புகழ் மண்டபத்தில், 12—9—78 இரவு 6-30க்கு, யோ. ஆ. தலேவர் உயர்திரு கோ. மு. சுவாமி அவர்கள் "விண்ணிலவு" எனும் பொருளிலும், 13-9-78 இரவு "மரணமிலாப் பெருவாழ்வு" எனும் பொருளிலும் சொற்பெருக்கு நிகழ்த்தினுர்கள். முதல்நாள் கூட்டத்திற்கு உயர்திரு O. M. S. S. S, சுந்தரமகாலிங்கம் அவர்கள் தலேமை வகித்தனர். இந்துசமய அறநிலேய துறை சமய பிரசாரகர் திரு. ஔவை திருநாவுக்கரசு அவர்கள் சுவாமிகளின் அருளுரையைச் செவிமடுத்து உளம் மகிழ்ந்து, ஒரு மாதம் தொடர் சொற்பொழிவு சுவாமிகள் நிகழ்த்த ஆவன செய்வதாக உறுதி கூறிஞர்.

இரண்டாம் நாளன்று உயர்திரு M. P. A S. நடராஜன் (விருதை, யோ. ஆ. செயலாளர்) அவர்கள் தலேமை வகித்தனர். மதுரைமாநகர் யோ. ஆ. செயலர் திரு. V. A. S. ராதாகிருஷ்ணன் அவர்கள் நன்றி நவின்ருர், நிகழ்ச்சிக்கு மக்கள் திரளாக வருகைதந்து கேட்டு இன்புற்றனர்.

—M. P. A. S. நடராஜ'ன்

The Madras Society for The Protection of Children

Dr. Varadappa Naidu's orphanage and Junior Approved School
465, T. H. Road, Madras-600 021.

Dated 19th Aug. 1978.

To Sri V Narasimhan, 14-c, Muthia Mudaly St.: Madras-21.

Sir, I Thank you for having distributed Brinji as breakfast on the morning of the 18th instant to the inmates of this Home. The children enjoyed the same very much.

I thank you for the interest you evince in this institution and its inmates.

Yours faithfully,
(Sd.) T. RAMAKRISHNAN,
Joint Hon. Secretary, The M. S. P. C.

WINGS OF DIVINE WISDOM

by YOGI SIVALINGAM—U. S. A.

Do more Meditation and clear up the tired and problems,
Do more Meditation and find innerwards the giant,
freedom from the fears,
Do More Spiritual practices by the Grace of Guru and stay
one-pointedness,
Do More Meditations and find the Inner knowledge of the
Divine clear nerves,
Do more Meditations and find the inner singing of the
Lord's vibrations,
Do more Spiritual practices, clear up and prosper by the
Grace of the Divine mother's blessings,
Do more Spiritual practlices, find the Divine house and in it
the Lord of Spiritual experiences,
Do more Spiritual practices and find the time to spare for
the Divine master by searching and finding the
Inner-elixir life,
Do more Spiritual practices and find the Divine knowledge
which gives you to clear the Goddess Powers,
Do more spiritual practices and be aware of all the unfit
thoughts, prouds, problems, doubts and backbitings,
Do more spiritual practices and be giant inwards with
findings the Soul,
Do more spiritual practices and find inwards which gives
the work and satisfaction of the Lord of Lords who
gives you the strength, peace, understandings and
great happiness,
Do more spiritual practices and be always with the Goddess
and God, which is one of the great Spiritual
experiences,
Do more spiritual practices and be aware of the lower
thoughts and taughts,
Do more spiritual practices and plant within the divine seed
for your purpose of this very life,
Do more spiritual practices and be cheertul and leave it to
the Lord which gets you all of the benefits of the
balances,
Oh dear! look within and where is the weakness of the darkness,
Oh dear! look inwards and where is the time for camparings,

பதார்த்த குண போதினி

மூலிகை குணுனுபவத்தை விளக்கும் சிறந்த நூல்

வைத்திய ரத்தினம் வி. பலராமய்யா, பி.ஏ., பி.எல்.,
மாவட்ட நீதிபதி (ஓய்வு)

பால் வகை

முலைப் பால் :— இதை அமிர்தப் பால், தாய்ப் பால் என்றும் சொல்வர். உண்மையிலேயே இது அமிர்தந்தான்.

சன்னியில் பிரலாபிக்கும்போது சுத்தி செய்த நேர்வாளப் பருப்பை முலைப் பாலில் இழைத்து கொஞ்சம் முலைப் பாலில் கலக்கி கண்களில் விட சில நிமிடங்களில் சன்னி தீரும்; சுரம் குறையும். சாதாரண சுரங்களுக்கு தாய்ப்பாலில் மிளகு உறைத்து கண்களில் கலிகம்போட சுரம் ஒருமணி நேரத்தில் இறங்கும். தலைகனம் குறையும்.

பசும் பால் :—முலைப்பாலுக்கு அடுத்தது பசும்பால். இது உயிரை ரட்சிக்கும்; குழந்தைகளை வளர்க்கும்; வயோதிகர்கள் உணவுக்கு அமிர்தம். இது சுலபமாக சீரணிக்கக் கூடியது. நோயுள்ளவர்களுக்கு தண்ணீர் கலந்து காய்ச்சி கொடுக்க நோயின் விரியத்தைக் குறைக்கும். கற்பம் சாப்பிடுபவர்களுக்கு பசும்பால் அன்னமே நியமிக்கப்பட்டுள்ளது.

இதை கரந்த மூன்று மணிக்குள் சாப்பிட அமிர்தம்: அதன்பிறகு விஷத்துக்கொப்பாகுமென சாத்திரங்கள் சொல்கின்றன. இதனுடைய தயிர், நெய் முதலியன ஆரோக்கியத்தையும் மேனியையும் உண்டாக்கும்.

எருமைப்பால் :—குழந்தைகளுக்கு இதை கொடுத்தால் மாந்தம், மலக்கட்டு முதலியவை உண்டாகும். மருந்து உண்ணும்போது இதைத் தள்ளவேண்டும். மருந்தின் குணத்தை இது முறித்துவிடும்.

இதன் தயிர், நெய் மந்த புத்தியை யுண்டாக்கும்; ஆனுல் மோர் நன்மை பயக்கும்.

வெள்ளாட்டுப்பால் :—கபதோஷத்தை விலக்கும். கீழாநெல்லி சமூலம் அரைத்து இப் பாலில் கலந்து காலை மாலை சாப்பிட காமாலை ஐந்து நாட்களில் குணமாகும். பாலன்னமே பத்தியமாகக் கொள்ள வேண்டும்.

செம்மறியாட்டுப்பால் :—பல நோய்களை உண்டாக்கும்.

கழுதைப்பால் :— இது குழந்தைகளுக்கு சஞ்சீவி. பிறந்த மறு நாளும் பிறகு மூன்று நாட்களும் 2 தேக்கரண்டியளவு இப் பாலை ஊட்ட கடுஞ் செவ்வாப்பைக் குணப்படுத்தும்.

சித்தபிரமைக்கு (Hysteria) உயர்ந்த மருந்து. ஆமை ஓட்டின் பற்பத்தை இப் பாலில் காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் கொடுக்க நல்ல பலனைத் தரும்.

ஆலம்பால் :—வாய்ப் புண்களை ஆற்றும், சுக்கிலத்தைப் பெருக்கும் ஆடும் பற்களுக்குத் தடவ கெட்டிப்படும்.

அத்திப்பால்:—இதனுடைய வேரைச் சீவி அதில் மண் குடுவை வைத்து கள் பிடித்து காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் ஒரு கோப்பை சாப்பிட வெட்டை நோய், ரத்த மூத்திரம், நீரிழிவு குணமாகும்.

திருகு கள்ளிப்பால்:—இதை விளக்கெண்ணெயில் சேர்த்து, மேக நோய்களைத் தீர்க்கும் மூலிகைச் சாருடன் காய்ச்சி உள்ளுக்கு ஒரு மண்டலம் கொடுக்க, குஷ்டம், பலவிதமான சரும நோய்கள் தீரும். கொடிக்கள்ளிப் பால், சதுரக்கள்ளிப் பாலும் மான் செவிக் கள்ளிப் பாலும் ஷ குணங்களைத் தரும்.

எருக்கம்பால்:—இப்பாலில் கோழி முட்டை வெண்கருவிட்டு குன்றிமணியளவு வீரமும் அதில் போட்டு மூடிவைத்து மறுநாள் பார்க்க ஜெயநீராகும்; அந்த ஜெயநீரால் பாஷாணங்களை அரைத்து சிறுபுடமிட பற்பமாகும்.

விஷங்களை அறுக்கும். எந்த விஷக் கடிக்கும் கடிவாயில் உடனே எருக்கம்பால் அடிக்க விஷமிறங்கும். வீக்கங்களுக்கு இப் பாலடித்து மஞ்சள் பொடி தூவ வீக்கங்கள் குணப்படும். இதில் வெள்ளெருக்கம பால் சிறந்தது.

எலியாலம்பால்;—இதில் 3 சொட்டுகள் பனைவெல்லத்தில்விட்டுப் பிசைந்து எலிக்கடிக்கு கொடுத்து ஒருநாளைக்கு உப்பில்லா பத்தியம் வைக்க எலிக்கடி விஷமிறங்கும.

பிரமதண்டிப்பால்:—இதை ஒடித்தால் மஞ்சள் நிறமான பால் வரும். அதை கண்களில்விட கண் படலம், கண் சிகப்பு, நீர் வடிதல் முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

எண்ணெய் வகை

சிற்றுமணக்கெண்ணெய்:—குழந்தைகளை வளர்க்கும். பிரதி தினமும ஒருவருடம்வரை அடிக்கடி இதை குழந்தைகளுக்கு உள் ளுக்குக் கொடுக்க மலம் கழிந்து உஷ்ண சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள் வராது. மாந்தத்தைத் தடுக்கும். குடலேற்றம் (Hernia) நோய்க்கு இதில கெச்சக்காய் பருப்பை கோழி முட்டை வெண்கருவில் அரைத்து வடைபோல் தட்டி மேற்படி எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சி அடையை சாப்பிட்டுவிட்டு எண்ணெய் 2 தேக்கரண்டி சாப்பிடவும். இப்படி வாரத்துக கிருமுறை சாப்பிட ஆபரேஷனின்றி தப்பிக்கலாம், தாது விருத்தியையும உண்டாக்கும்.

எள்ளெண்ணெய்:—இதுவே நல்லெண்ணெய். "வைத்திய னுக்குக் கொடுப்பதை வாணியனுக்குக் கொடு" என்று ஒரு பழமொழி உண்டு. இதை வாரத்துக்கொருமுறை அப்யங்க ஸ்நானம் செய்ய உடல் பூரிப்பு, குளிர்ச்சி, காந்தியை உண்டாக்கும். கண்களில்விட்டு மாலிஸ் செய்ய கண்களின் ஒளி மிகும்.

காணுக்கடி விஷங்களுக்கு இதில் மிளகுத் தூள் சேர்த்து உள் ளுக்குக் கொடுத்து உப்பில்லா பத்தியம் வைக்க விஷமிறங்கும். நாய்க் கடிக்கும் கொடுப்பதுண்டு. இதை உள்ளுக்குச் சாப்பிடுவதைக் காட் டிலும் வெளிப் பிரயோகம் செய்வது சிறந்தது. மருத்துவத்தில் பல நோய்களுக்கு இது உபயோகப்படுகிறது.

YOGASANAS

Translated version of Mr. E. S. Rangaswami's

A great exponent of Yagasanas

By Sri R. Meharbabu, B.Sc., M.A., B.T.

(Continued from previous issue)

SALABASANA

Salabasana : (Locust pose). Salabam is a sanskrit term. It means locust. Most of us might have seen locust sitting on pastoral field. It stands with its small legs gasing the earth and its tail is raised slightly in the inclined position. It is a common feature to that creature. It is a difficult matter to man, to practice the position. If one practises this asana gradually, he can do it without any difficulty. He will get wonderful benefits. We know that due to the increase of age we loose our stamina. Most of us both men and women due to old age, loose the strength of back bone and become bent. They need a support of walking stick. Though some of them do not get such difficulties, due to pain around hip, they hold the hip and could not walk, without any difficulty. Some persons although they are in youth, they do get the trouble and they find temporary relief by malishing the painful region. Colon which is situated above the pelvic girdle of abdomen, could not push the waste flush and due to this it gets accumulated and causes appendicitis. This is the reason why these people are getting pain around hip. Salabasana gives faster relief from such troubles.

Procedure : Take a few minutes rest after Bujangasana Lye down on the carpet facing the ground. Stretch your legs together. Stretch your hands closer to the sides of the body and close your fingers. Then by controlling the breath and pressing the hands, raise your legs steadily together without bending. Try to raise the legs as far as possible and control the breath. In this position chin, chest and navel should be well seated on the carpet. Supposing the control of the breath is lost, bring down the legs to the original position and take rest for a few seconds and repeat the exercise thrice to five times.

Salabasana cures the following diseases : Bile, Constipation pain in the pelvic girdles, Dyspepsia, Appendicitis, Diabetes etc,

After a pause DHANURASANA should follow.

DHANURASANA

Dhanurasana : Dhanush in Sanskrit means bow. We have to bend our body like a bow. A bow has two things – a stick and string. We make use of portion from head to toe as a stick and the two hands as string and get the shape of bow.

Procedure to do Dhanurasana. Lye down on a carpet facing down. Bring your legs together by bending them at the knees. Then hold the legs near the ankles with your hands. Stretch apart your legs as broad as possible and raise the head to the maximum extent possible. Back bone is bent to the maximum level and the entire weight of the body should rest over abdomen. At this stage kick the legs together without changing the position and hold it steadily by pulling the legs together. The entire body is now bent like the shape of a bow and string and rests over the abdomen. This position is called Dhanurasana.

This asana can be made possible only for a fraction of a minute at the beginning. But in course of time one can improve the timing. When we place the bow on ground and shake it, it will shake for a few minutes. So also in this position if we shake our body from front to back and vice versa the body oscillates like a pendulam in a wall clock. Of course it is a little difficult task at first but inccurse of time the momentum will be greater. After a few seconds once again it will come to a stationary position. Then release your hold and bring your limbs to the original position. Repeat it twice or thrice and do it daily.

It is better to see what changes take place when we do Dhanurasan.

The muscles and fat bodies of abdomen are pressed well. Some people have pat belly. By doing this asana pat belly slowly disappears. All the organs of abdomen such as stomach, liver, gall bladder, spleen, pancreas, intestines etc. are pressed well and due to this the pulsatory veins and nerves that passes through the organs are strengthened. The doer of this asana will be, free from the diseases of dyspepsia, constipation dropsy, jaundice, diabetes etc., If at all he had any such diseases it will be cured gradually.

After Dhanurasana take a few minutes rest and PACHCHIMOTHASANA should be done.

மகளிர்பிரிவு பிரசாரக் கூட்டம்

சென்னை வண்ணையம்பதி அஞ்சலகம் அருகிலுள்ள அருள்மிகு சித்தி கணேசர் கோவிலில் யோகாசனலய பிரசாரக் கூட்டம 15—10—78 இரவு 6-30 மணிக்குத் தொடங்கியது. மகளிர் பிரிவு அமைப்பாளர் திருமதி ராஜம்மாள் நரசிம்மலு அவர்கள் தலைமை வகித்தனர். திருமதி பாலகிருஷ்ண வடிவு அவர்கள் திருவிளக்கேற்றி வைத்தனர். மகளிர் பிரிவு செயலர் பிரசாரகர் செல்வி R. சாந்தி B.Sc,. அவர்கள் "அங்கிங்கெனுதபடி" என்ற தாயுமானவர் பாடலுக்கு விளக்கவுரை நிகழ்த்தினுர்கள். துணைச் செயலர் திருமதி வசுந்தரா தேவி முருகேச பாண்டியன் அவர்கள் நன்றி நவின்ருர்கள். செல்வி வத்சலா அனைவரையும் வரவேற்ருர். தொடர்ந்து பிரதி ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் மாலை 6-30 மணிக்குக் கூட்டம் நடைபெறும்.

TOBACCO LICKS THE LIPS BUT BITES THE LUNGS

KALPA

5. Coronary heart disease is number one killer, It is a family of diseases affecting the heart and blood vessels. The death rate for coronary heart diseases is 70 per cent higher for smokers than non-smokers. Of all cancers the incidence and death rate is the highest from lung cancers. About 90 per cent of lung cancer cases every year are smokers. Tobacco, in one form or another, is responsible for more cancer cases and deaths than any another agent. It has now been proved that tobacco smoking, particularly cigarettes smoking, is the cause of lung cancer. It is directly proportional to the number of cigarettes an individual smokes.

6. At a panel discussion on diseases by eminent doctors, it was decided that the cigarette smoking and addict to alcohol are the main killers by shortening the life and causing lung cancer. Prof. John Croften, a doctor and President of the Royal College of Edinbrough, who had been in Madras along with his wife last year, expressed that the majority of hospital beds in Britain were occupied by patients with lung cancer - the results of heavy smoking of cigarettes. The Professor who is a specialist in the treatment of chest diseases stated that there was a great drain on the British National Health Servises, due to the heavy expenditure having to be incurred in treating diseases due to the smoking habits and its after effects This should serve as a warning to our young men who smoke heavily and unable or unwilling to stop it. The Director of Cancer Institute, Adyar Madras, in a seminar on 'the smoking habit and your health' organised by the Lions Club to mark the World Health Day, pointed out that the psychological factor behind smoking was one of association. He said that more children, whose parents were smokers, also took to smoking. It was, therefore, exceedingly important for parents to act a good example before their children. Dr. C. Lakshmikanthan, the Chief Cardiologist, Government General Hospital, Madras who participated expressed that sudden death was more common among smokers than non-smokers because of irregular heartbeats. So he made an appeal that life's candle should not be allowed to be burnt away faster than it needs to be by burning cigarettes.

7. So when you get heart diseases, lung cancer, or cancer of the urinary bladder by the habit of smoking, think what will happen to your wife and your lovely innocent children and your dependants. Do you sincerly want them to share the miseries forcefully brought upon them for no fault of theirs. By the dreadful diseases, if something happens to you, will money solve all the problems of your wife and children and take the place of e father.

'யோகாசன ஆலய விஜயம்'

திங்கள் இதழின் 31-ஆம் ஆண்டு விழா

சென்னை வண்ணையம்பதி திருவொற்றியூர் நெடுஞ்சாலையிலுள்ள நல்லதம்பி சேதுராமன் திருமண மண்டபத்தில் 2–10–78 இரவு 6-30 மணிக்குத் தெய்வீகத் திங்கள் இதழ் "யோகாசன ஆலய விஜயம்" 31-வது ஆண்டு விழா நடைபெற்றது.

யோகாசன ஆலயத் தலைவரும் நிறுவனருமான உயர்திரு கோ, மு. சுவாமி அவர்கள் தலைமை வகித்தனர்.

ஒருமாத காலத்துக்குள் யோகாசன ஆலய விஜய சந்தாதாரர்களை அதிக அளவில் சேர்ப்போருக்குப் பரிசுத் திட்டம் தீட்டிய திருவாளர் S, K. மலைக்கனி (கிளை மேற்பார்வையாளர்) அவர்களின் அன்புப் பரிசுகளை, செல்வி R. சாந்தி B.Sc., திருவாளர் அருண்குமார் N படேல், புலவர் திரு, பா. ஆழ்வார் ஆகியோர் முறையே முதல் இரண்டாம், மூன்றும் பரிசுகளைப் பெற்றனர்.

யோகாசன ஆலய பொதுச் செயலாளர் திரு, C. இராமசுவாமி அவர்களின் சேவையைப் பாராட்டி அளிக்கப்பட்ட வாழ்த்து மடலை திருவாளர் A. S. ஆதிநாராயணன் (தியான வகுப்புச் செயலர்) அவர்கள் வாசித்தளித்தனர்.

உயர்திரு சுவாமி அவர்கள் தலைமையுரையில் கூறியதாவது: எதிர்காலத்தில் யோகாசன ஆலயத்தின் மூலமாக இந்து தருமத்திற்குச் சேவை புரிவதில் எங்களைக்காட்டிலும் நீங்கள் பன்மடங்கு உயர்ந்து விளங்குவீர்! என்பதற்கு இன்றைய விழா ஒரு எடுத்துக்காட்டாகும். இப் பத்திரிகைத் தொடங்கி 31 ஆண்டுகள் இடைவிடாமல் நடாத்தி வந்தோம். இது சிறப்புற நடைபெறுவதற்குக் காரணம்? "என்கடன் பணிசெய்து கிடப்பதே" என்ற திருவாக்கைக் கைக்கொண்டதே யாகும்.

இத் தொண்டு மனப்பான்மை வளரவளர பிறவிதோறும் நற்பலனையே கொடுக்கும் என்பதில் எள்ளளவும் ஐயமில்லை! நம் முன்னோர்களின் உயர் கருத்துக்களைத் தெரிந்து அதனை மக்களிடையே விளக்குவதற்கு இப் பத்திரிகைப் பெரிதும் உதவி வருகின்றது இதைப் படித்து வரும் பலர் சிறந்த பேச்சாளர்களாக வந்துகொண்டிருக்கிறார்கள். நாளடைவில் பிற மொழிகளில் மொழி பெயர்த்து வெளியிட முன்வருவோமானல் அவர்களும் இதனல் பயனடைவார்கள் என்று கூறி விஜயத்தின் பிறப்பு வளர்ப்பு வரலாற்றினை விரிவாக எடுத்து விளக்கினர்கள்.

மகளிர் பிரிவு செயலாளர் செல்வி R. சாந்தி B.Sc., அவர்கள் சிறப்புரை ஆற்றும்போது, இப் பத்திரிகையே என்போன்ற பலரையும் பேச்சாளராக்குவதற்கு உறுதுணையாயது என்றனர்.

யோகாசன ஆலயம் தொடங்கி முதல் 7 ஆண்டுகளில் சுவாமியவர்கள் ஆற்றிய பேருரைகள் நமக்குக் கிடைக்காமல் போனது நம் துரதிர்ஷ்டமேயாகும். கிடைத்திருக்கின்ற இதனையாவது நாம் ஆழ்ந்து படிப்பதோடு மற்றவர்களைப் படிக்கச் செய்தல் நம் கடமையாகும் என்றார்.

'யோ. ஆ. விஜயம்' ஆசிரியர் புலவர் திரு. பா. ஆழ்வார் அவர்கள் சிறப்புரை நிகழ்த்துகையில், பத்திரிகையைத் தொடர்ந்து நடாத்துவதிலுள்ள அருமை பத்திரிகைத் தொழில் புரிபவருக்கே வெளிச்சம்.

அப்படியிருக்க யோகாசன ஆலய விஜயம் 31 ஆண்டுகளாக வெற்றி நடை போட்டு வருகின்றதெனில்? தெய்வீகத் தொண்டு தன்னலமற்ற சேவையேயாகும். அள்ள அள்ளக் குறையாமலும் உண்ண உண்ணத் தெவிட்டாத அமிர்தம் போன்றும், கருத்துச் செறிவுகள் விஜயத்தில் வெளியிடப்பட்டு வருகின்றன. இவை காலத்தால் அழிக்கப்படாத வேதங்கள் போன்று பாதுகாத்து வைத்துப் பிற்கால சந்ததியினரும் 'யன்படுத்த வேண்டியவையாகும் என்ருர்.

யோ. ஆ. விஜயத்தைப் பல்லாண்டுகளாக அச்சிட்டு வருபவரான கவுணியன் அச்சக உரிமையாளர் உயர்திரு C. M. சிவராம செட்டியார் அவர்கள் உரையாற்றும்போது, யோ. ஆலயத்தின் அன்பர் பணியையும், விஜயத்தின் சிறப்பையும் எடுத்தியம்பி தம் மகிழ்ச்சியினைத் தெரிவித்துக் கொண்டனர்.

திருவாளர் S. முருகேசபாண்டியன் (துணைப் பொதுச் செயலாளர்) அனைவரையும் வரவேற்ருர். திருவாளர் பி வெங்கடேசன் (அமைப்பாளர்) நன்றியுரை கூற பிரார்த்தனையுடன் விழா நிறைவு பெற்றது.

முகவூர் கிளை அன்பர்கள்



யோகாசன ஆலய தலைவர் உயர்திரு கோ. மு. சுவாமியவர்களுடன் எடுத்துக்கொண்ட படம்

முகவூர் கிளை நிருவாகிகள் வருமாறு:

திரு.	பே. தங்கராஜ்	—	செயலாளர்
,,	கோபாலகிருஷ்ணன்	—	துணைச் செயலாளர்
,,	தி. மாரியப்பன்	—	பொருளாளர்
,,	சாமுவேல்	—	வேதாந்த வகுப்புச் செயலர்
,,	சொக்கலிங்கம்	—	இசைப் பிரிவு செயலர்
,,	பா. அண்ணுமலை	—	பௌர்ணமி வகுப்புச் செயலர்

சிறப்புச் சொற்பொழிவுக் கூட்டங்கள்

விருதுநகர் இந்து சமய வளர்ச்சிக் கழகத்தின் 22ம் ஆண்டு நிறைவு விழா 29—9—78 இரவு 7-30 மணிக்கு விருதை, ஸ்ரீ வால சுப்பிரமணிய சுவாமி கோவிலில் நடைபெற்றது, அவ்வமயம் யோகாசன ஆலய அமைப்பாளர் திரு. பி. வெங்கடேசன் அவர்கள் "அருள்நெறி" எனும் பொருள்பற்றி சொற்பொழிவாற்றினுர்கள். திருமதி சரஸ்வதி அம்மையார் வரவேற்பும், செயலாளர் திருமதி K. மகமாயம்மாள் நன்றியுரையும் கூறினுர்கள்,

7—10—78 மாலை 5 மணியளவில், சென்னை தண்டிதோப்பு, முத்துகிருஷ்ணன் தெருவிலுள்ள தென்னக ரயில்பெட்டித் தொழிலாளர் பழநி ஆண்டவர் சத்சங்கத்தில் யோகாசன ஆலய சிறப்புக் கூட்டம் நடைபெற்றது. சங்க ஆசிரியர் திருவாளர் விநாயகம் அவர்கள் தலைமை வகித்தார்கள். "யோகாசன ஆலய விஜயம்" ஆசிரியர் புலவர் திரு. பா. ஆழ்வார் அவர்கள் "அங்கிங்கெனுதபடி" என்ற மகரிஷி தாயுமானவர் பாடலுக்கு விளக்கவுரை நிகழ்த்தினுர்கள். யோகாசனுலய மகளிர் பிரிவு செயலாளர் செல்வி R. சாந்தி B.Sc., அவர்கள் அருளிசை வழங்கினுர்கள். யோ. ஆ. அமைப்பாளர் திரு. பி. வெங்கடேசன் அவர்கள் யோகாசன ஆலயப் பணிகளை விளக்கினுர். சங்கத் தலைவர் திரு. M. சிவானந்தம் வரவேற்பும், செயலாளர் திரு. T. M. பழநிவேல் நன்றியும் நவின்றனர்.

ஷ இடத்தில் பிரதி முதல் சனிக்கிழமை இரவு 6-30 மணிக்கு மகரிஷி தாயுமானவர் பாடல் விளக்கவுரை நிகழும்.

புரசையில் பௌர்ணமி வகுப்புத் தொடக்கம்

16—9—78 இரவு 7 மணிக்கு சென்னை புரசைப்பாக்கம் வள்ளுவன் தெரு, எண் 17, திருவாளர் தேவராஜி அவர்கள் இல்லத்தில் தலைவர் உயர்திரு கோ. மு சுவாமி அவர்களால் பௌர்ணமி வகுப்புத் தொடங்கி வைக்கப்பட்டது. திரு. தேவராஜி அவர்கள் திருவிளக்கேற்றினுர். புரசைக் கிளைச் செயலர் திரு. M. லோகநாதன் அவர்கள் 'யோகாசன ஆலய விஜய'த்திலிருந்து "அங்கிங்கெனுதபடி" பாடலின் விளக்கவுரை படித்தார்கள், தியானத்திற்குப் பிறகு தலைவர் அவர்கள் இவ் வகுப்பின் பயனை எடுத்து மொழிந்தனர். திரு, பட்டாபி அவர்கள் நன்றி நவின்றனர். வகுப்பில் கலந்துகொண்ட அனைவர்க்கும் திரு. தேவராஜி அவர்கள் தேநீர் விருந்தளித்தனர். ஷ இடத்தில் பௌர்ணமி தினத்தன்று தியான வகுப்பு நடைபெறும்.

இசைப்பிரிவின் தசமி விழா

10—10—78 மாலை 5 மணிக்கு யோகாசன ஆலய இசைப் பிரிவின் சார்பில், சென்னை வண்ணையம்பதி முத்தையா முதலி தெருவிலுள்ள இசைப் பிரிவில், விஜயதசமி விழா நடைபெற்றது. யோகாசன ஆலய தலைவர் உயர்திரு கோ. மு. சுவாமி அவர்கள் தலைமை வகித்து அலைமகள், கலைமகள், மலைமகள் ஆகிய மூவரின் அருள்வேண்டி எடுக்கப்படும் விஜயதசமியின் சிறப்புகளை விளக்கி உரை நிகழ்த்தினுர்கள். செல்வி R. சாந்தி B.Sc., புலவர் திரு பா. ஆழ்வார் ஆகியோர் சிறப்புரையாற்றினுர்கள்.

இசைப் பிரிவு வகுப்பில் தொடர்ந்து வருகைதந்த சிறுவர் சிறுமியருக்கு மகளிர் பிரிவு அமைப்பாளர் திருமதி இராஜம்மாள் நரசிம்மலு அவர்கள் பரிசுகள் வழங்கினர். முதல் பரிசை செல்வி M, அழகேஸ்வரியும், மற்ற மூன்று பரிசுகளை முறையே இராஜலட்சுமி, M, அழகுராஜன், காந்திமதி ஆகியோர் பெற்றனர். ஆறுதல் பரிசுகளும் வழங்கப்பட்டன.

செல்வி M. அழகேஸ்வரி வரவேற்புரை நிகழ்த்த செல்வி இராஜலட்சுமி விளக்கேற்ற புனிதவதி கர்ப்பூரம் பற்ற விழா சிறப்பாக நடைபெற்றது. செல்வன் இராமபிரான் நன்றி கூறினுர். திருவாளர் S. K. மலைகனி அவர்களின் மேற்பார்வையில் நடைபெறும் இவ் வகுப்புப் பிள்ளைகளுக்கு அவர் நன்கு ஊக்கமளித்தார்.

V. மாரிமுத்து, (இசைப் பிரிவு செயலர்).

அறிவிப்பு!

யோகாசன ஆலய விஜயத்தின் நிர்வாகம் 25—7—78 முதல் பின்வருமாறு மாற்றமடைந் துள்ளது.

வெளியிடுபவர்

திரு. அருண்குமார் N. பட்டேல்
462, திருவொற்றியூர் நெடுஞ்சாலை,
(T. H. ROAD)
பழைய வண்ணை, சென்னை-600 021

ஆசிரியர்

புலவர் திரு. பா. ஆழ்வார்
464, T. H. ரோடு
பழைய வண்ணை, சென்னை.600 021

மேலாளர்

திரு, S. கண்ணப்பன்

யோகாசன ஆலய விஜயம் சம்பந்தப்பட்ட கடிதங்கள், சந்தா தொகை மணியார்டர் செலுத்து வோர் ''வெளியிடுபவர்'' முகவரிக்கு அனுப்புமாறு கேட்டுக்கொள்கிறேன்.

C. இராமசுவாமி,
பொதுச் செயலர்.

Published by Sri Arun Kumar N. Patel, 462, T. H. Road, Old Washermenpet, Madras-600021. Editor Pulavar Sri B. Alwar, 464, T. H. Road, Old Washermenpet, Madras-600021. Printed by Sri C. M. Sivaraman, at T. G. Sambandam & Co., Counian Press, 169, (41) Broadway, Madras-600 001. (October-1978)